

**АННОТАЦИЯ**  
к рабочей программе дисциплины  
«Физическая культура и спорт»

**Направление подготовки** 09.03.02 Информационные системы и технологии.

**Профиль** Информационные системы и технологии в строительстве

**Квалификация выпускника** бакалавр

**Нормативный период обучения** 4 г.

**Форма обучения** очная

**Год начала подготовки** 2019

**Цель изучения дисциплины:**

Целью дисциплины "Физическая культура и спорт" является формирование физической культуры личности, приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры и спорта, создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию, обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности студентов.

**Задачи изучения дисциплины:**

- понимание социальной значимости физической культуры и спорта и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного

использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений;

- приобретение студентами необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки, подготовка к работе в качестве общественных инструкторов, тренеров и судей.

### **Перечень формируемых компетенций:**

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**Общая трудоемкость дисциплины:** Общая трудоемкость дисциплины «Физическая культура и спорт» составляет 72 академических часа, которые являются обязательными для освоения и переводятся в 2 зачетные единицы.

### **очная форма обучения**

| Виды учебной работы                   | Всего часов | Семестры |    |
|---------------------------------------|-------------|----------|----|
|                                       |             | 1        | 2  |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>     | 36          | 18       | 18 |
| В том числе:                          |             |          |    |
| Лекции                                | 36          | 18       | 18 |
| <b>Самостоятельная работа</b>         | 36          | 18       | 18 |
| Виды промежуточной аттестации - зачет | +           |          | +  |
| Общая трудоемкость:                   |             |          |    |
| академические часы                    | 72          | 36       | 36 |
| зач.ед.                               | 2           | 1        | 1  |

**Форма итогового контроля по дисциплине:** Зачет